

Free
Distribution
Distribuição
Gratuita

GOOD NEWS AND GOOD COFFEE GO TOGETHER



珈琲と新聞の時間

Director/Diretor - Clifton Sundermeyer | Nº 16 | December/Dezembro 2024 | <https://www.coffee-time-news.org>

Paul Garisto

A Moment in Time Um Momento no Tempo

Our Coffee Time News journalists have gotten to meet many special people over the last three years and Mr. Paul Garisto was no exception. His long career, including his work with the Psychedelic Furs and Iggy Pop, made for an interesting two-hour interview which resulted in it being published in two parts. Part one is already available online on our website. What you see before you is part two. We hope you enjoy it and we thank Mr. Paul Garisto for all of his time and the friendship he has shown to us.

Nossos jornalistas do Coffee Time News conheceram muitas pessoas especiais nos últimos três anos e o Sr. Paul Garisto não foi exceção. Sua longa carreira, incluindo seu trabalho com Psychedelic Furs e Iggy Pop, proporcionou uma interessante entrevista de duas horas que resultou em duas publicações. A primeira parte já está disponível online no nosso site. O que você vê diante de você é a segunda parte. Esperamos que gostem e agradecemos ao Sr. Paul Garisto por todo o seu tempo e pela amizade que nos demonstrou.

Constança Pereira: When playing the drums, how many different styles of music do you like to play? We know you play rock, but do you also like to play jazz or reggae or some other kinds of music? Would you like to do more work in some other style of music?

Paul Garisto: When I first moved back to New York City with the intention of getting my career moving forward, I didn't know too many people, but I was very lucky in that I got hooked up with an artist named Martha Reeves, who was in a band called Martha and the Vandellas in the 60s and 70, I believe. She is a Motown artist and although I knew and listened to Motown music on AM radio prior to playing with Martha, I'd never really studied how the drummers approach that style of music, so it was a crash course for me on learning how to approach Motown music. So, I was basically getting paid as I was learning. I was very young and after that... well, this is all happening at the same time within a year or two after moving back to New York City, I was playing with an American artist named Shawn Colvin, who later won a Grammy and is an established singer/songwriter. She's fantastic and I ended up playing drums for a few of Shawn's vocalist friends too, playing a similar style of music. So, that introduced me to a more country and Americana music. At the same time, I was in a dub/rock band and then I got a call from Clarence Clemons, who was in Bruce Springsteen's band and he was doing a solo project which consisted of mostly R&B music. So a similar situation where I had listened to R&B music all my life, but never



focused on exactly what the drummers are doing and of course the bass player and the whole band to really try to recreate that style of music. So, I feel like I've played a lot of different styles. I love to learn. I feel like I'm learning more now than ever at my old age and it really excites me as much as it did when I was starting out. To learn new things on an instrument; it's a lifelong process. So, I feel like I've done quite a few different styles of music. I've also played with a band called Mad Juana, which was a kind of gypsy punk band and I played all hand drums. Now, I'm not proficient in playing hand drums, but I just picked up whatever was lying around the studio and I did my own thing and it worked somehow. So, I've always

listened and absorbed different styles and I try to bring all of that into my playing and writing. I've never fully immersed myself into jazz as a player, because I think that's something one dedicates one's entire life to. I love listening to it and trying to play jazz, but also something that I do want to look at and I've been experimenting with for the last several years is just improvisation. I've been recording with one other person for the last five years and we don't talk about what we're going to do, we just go in there and we improvise and we record it and we go home and then we get together the next month, so that's something I'd like to look at more seriously in the future.

Constança Pereira: Quando toca bateria,

quantos estilos de música diferentes gosta de tocar? Nós sabemos que toca rock, mas também gosta de tocar jazz, reggae ou outros tipos de música? Gostaria de fazer mais trabalhos noutro tipo de música?

Paul Garisto: Quando mudei de volta para Nova Iorque com intenção da minha carreira musical evoluir, não conhecia muitas pessoas, mas tive muita sorte. Entrei em contacto com a artista chamada Martha Reeves, que integrava uma banda chamada Martha and the Vandellas nos anos 60 e 70, eu acho. Ela é uma artista Motown embora eu ouvisse música Motown na rádio AM antes de tocar com a Martha, nunca tinha realmente estudado a forma como os bateristas abordam aquele estilo de música, então para mim aprender a lidar com a música Motown e a sua forma particular foi como um curso intensivo. Basicamente, estava a ser pago enquanto aprendia. Eu era muito jovem... e depois disto... Bom, isto estava a acontecer cerca de um ano ou dois depois de ter mudado de volta para Nova Iorque, estava a tocar com um artista de música Americana chamada Shawn Colvin que mais tarde, ganhou um Grammy e hoje é uma cantora e compositora reconhecida. Ela é fantástica, e acabou tocando bateria com alguns amigos vocalistas que tinham estilos musicais similares. Então, isto levou-me a entrar nos estilos country e americana. Ao mesmo tempo estava numa banda dub/rock e recebi uma chamada de Clarence Clemons que fazia parte de banda de Bruce Springsteen e estava num projeto a solo que consistia maioritariamente no estilo de música R&B. Então estava numa situação parecida onde ouvi R&B



toda a minha vida, mas nunca me foquei exatamente no que os bateristas estavam a fazer e tão pouco no baixista ou no resto da banda para realmente tentar imitar esse estilo de música. Então, sinto que toquei vários estilos diferentes. Adoro aprender. Acho que estou a aprender mais agora do que nunca na minha idade avançada e isso deixa-me tão excitado agora como me deixava no início. Aprender coisas novas num instrumento é um processo que demora uma vida inteira. Acho que já toquei vários estilos da música. Já toquei com uma banda chamada Mad Juana, que eram uma banda tipo gypsy punk e toquei bateria de mãos. Agora, não sou perito em tocar bateria de mãos, mas pegava em qualquer coisa que estava no estúdio e fiz a minha cena e de alguma maneira, funcionou. Sempre ouvi e toquei vários estilos de música, e tentou trazer tudo isso para as minhas composições e para o que eu toco. Nunca mergulhei completamente no jazz, porque acho que é uma coisa que uma pessoa se deve dedicar a sua vida inteira. Adoro ouvir e tentar tocar jazz, mas algo que eu adoro e tenho estado a experimentar nos últimos anos é a improvisação. Tenho estado a gravar com uma outra pessoa durante os últimos cinco anos e nós não falamos sobre aquilo que vamos fazer, só entramos no estúdio, improvisamos, gravamos a música, depois vamos para casa e juntamo-nos no próximo mês, e isso é algo que eu estava a pensar mais seriamente no futuro.

Rian Costa: Playing the drums is very physical, almost like a sport. How hard is it to maintain yourself so you can keep playing? Have you known anyone who quit due to injury or wear and tear? As a young man, did you imagine you would still be rocking at your current age?

Paul Garisto: This is really a good question and appropriate. I'll answer the last part first. I never thought I would be playing at my current age. I just didn't

think that far down the road. I do remember laying in my bed as a very small child and thinking about fifty years down the road and how old I would be. I never thought that I'd be playing as long as I have.

Getting to the first part of the question, which is really something that I've been dealing with since probably 2015. I started to have some injuries due to repetitive movements, playing with bad technique and trying to hit too hard, mainly from when I was younger, overplayed and relied upon muscle rather than being relaxed while playing. Due to playing in that way, I tore tendons and had some surgery on my left hand and elbow and back problems as well. A lot of drummers have lower back problems. So, I've been playing drums for close to sixty years. My father was a drummer and he got me started, so I started when I was really young and I'm mainly self-taught. I had a wonderful teacher for about a year and a half named Gary Chester, who's a very famous session drummer. He passed away some years ago, but he inspired me along with my father with the work they did.

Getting back to injuries, I ended up touring so much and got so sick by 2019 that I was physically, mentally and spiritually exhausted. I had some health issues going on at the same time, which we couldn't figure out. We've since figured it out and it was a simple remedy to get me back on track, but during the five years that it took to figure out what was going on with my body, I was touring at the same time that I was going to the hospital for tests on my off time back home. Finally, they figured it out and what I did at that point is I went to a physiotherapist and he got me a regimen of working out to build muscle to support the ligaments and tendons, because I'm older. This is what I have to do to keep going. So, I lift weights

three times a week, I box, I do mixed martial arts and I walk about twenty to thirty miles a week, all to keep playing and keep my mind, body and spirit in shape. I have some people around me who really supported me and helped me get back on track since 2020 and now I feel great. I also pay attention to what I eat. So, I did actually quit playing when I left the Furs in 2019, after I recorded the last record, I left with the intention of not playing any more, because I was so exhausted. Then a dear friend called me and said, "Come on, play drums with me." So, that's that. I'm back.

Rian Costa: *Tocar a bateria é muito físico, quase como um desporto. Quão difícil é manter-se em forma para continuar a tocar? Conhece alguém que deixou de tocar devido a algum acidente ou lesão? Quando era jovem, imaginava-se a tocar com esta idade?*

Paul Garisto: *Esta é uma ótima pergunta e muito apropriada. Em primeiro lugar, vou responder à última pergunta. Nunca pensei ainda estar a tocar com esta idade. Nunca pensei assim tão à frente. Lembrome de estar deitado na cama, em criança, e pensar como seria daqui a cinquenta anos e como eu seria. Nunca pensei que estaria a tocar durante tanto tempo como estou agora.*

Voltando à primeira parte da questão, que é algo com que eu tenho andado a debater-me desde, provavelmente, 2015. Comecei a ter algumas lesões devido a movimentos repetitivos e a má técnica de tocar bateria e a tentar, maioritariamente quando era mais novo, e estava a depende demasiado dos músculos em vez de estar relaxado e a tocar. Como tocava desta maneira rasguei os tendões e tive cirurgias na minha mão esquerda e no cotovelo e problemas nas costas. Vários bateristas têm problemas na parte inferior das costas. Eu toco bateria acerca de sessenta anos. O meu pai também era baterista e ele ajudou-me a começar, então comecei muito cedo e sou, sobretudo, autodidata. Tive um excelente professor durante um ano e meio, chamado Gary Chester, que era um baterista muito famoso. Ele morreu há alguns anos, e tal como o meu pai, foi uma fonte de inspiração para o meu trabalho.

Voltando às lesões, acabei por fazer tantas tours que me cansei em 2019. Exausto física, mental e espiritualmente. Também tive alguns problemas de saúde ao mesmo tempo, que não estávamos a conseguir descobrir. Desde então, descobrimos o que era e encontramos um remédio simples para me voltar a pôr ativo, mas durante os cinco anos que demorou para me diagnosticarem, ao mesmo tempo estava a fazer tours e a ir ao hospital fazer exames médicos. Finalmente, perceberam o que estava a acontecer e o que fiz foi: fui a um fisioterapeuta e ele deu-me um plano de treino para ganhar músculo para suportar os ligamentos e os tendões, porque sou

mais velho. É o que tenho a fazer para continuar. Eu levanto pesos três vezes por semana, faço boxe, várias artes marciais e ando vinte a trinta milhas por semana, tudo isto para continuar a tocar e para a minha mente, corpo e espírito são e tinha algumas pessoas à minha volta que realmente me ajudaram a voltar a estar ativo desde 2020 e agora estou ótimo. Eu também me preocupo com a alimentação. Então, quando deixei os Furs em 2019, depois de ter gravado o último disco, eu saí com a intenção de nunca mais tocar porque estava muito exausto. Eu simplesmente saí, e o meu querido amigo ligou-me e disse: "Bora lá, toca bateria comigo." Então é isso. Voltei.

Yuri Sundermeyer: Paul Garisto as a young drummer and Paul Garisto as a veteran drummer... what has changed? What more would you like to see change?

Paul Garisto: Let's see, well definitely the technology. Now you can record a record in your basement with any DAW of your choice! That's huge and allowed for creativity to blossom no matter where you are. When I was a kid, I couldn't go on YouTube and check out other drummers and other genres of music. I had to ask my mom to drive me to the local record store and I'd go and pick out records, drive home and listen to them, usually with headphones. So, it's so different now to just at any time, day or night, to check out a YouTube video and get a lesson or see some other drummer playing or see anything you care to advance your technique. I think it's a beautiful thing, so that's the main thing that has changed. When I was a kid other than radio, there were just LPs as a way to listen to music. No CDs or cassettes or files, so all that's completely different. A lot of young musicians focus on a social media profile and I think that's fantastic. I would like to see people playing together more, which is happening, but that's crucial to becoming a good musician. It's one thing to establish a little bit of a profile on social media, but you need to go out and play with people and I don't believe that is ever going to change. So, you have the technology aspect and as far as what I'd like to see change, I think it's just getting back to playing your instrument; real bands playing without relying so much on computers... heart and soul performances. I just saw Neil Young and Crazy Horse and it was amazing to see them up there all playing their instruments and the energy that they gave the audience and the audience gives that back. There's nothing like it. So, more live music, I'd like to see that.

Yuri Sundermeyer: *Paul Garisto como um baterista jovem e Paul Garisto como um baterista veterano... o que mudou? O que mais gostaria de ver mudado?*

Paul Garisto: *Vamos ver, bem, definitivamente a tecnologia. Agora podes gravar*

um disco na tua cave com qualquer DAW da tua escolha! Isso é gigante e deixou que a criatividade florescesse onde quer que estivesse. Quando eu era uma criança, eu não podia ir ao YouTube e ver outros bateristas e outros géneros de música. Tinha que pedir à minha mãe para me levar à loja de discos local, escolher discos e ir para casa ouvir, normalmente com os fones. Então, agora é tão diferente porque a qualquer hora do dia ou da noite podes ver um vídeo do YouTube, ter uma aula ou ver outro baterista tocar por forma a poder melhorar a sua técnica. Eu acho uma coisa maravilhosa, então, foi o que mais mudou. Quando eu era uma criança só ouvia discos em vinil, para além da rádio. Não havia CDs, nem cassetes ou ficheiros, então é completamente diferente. Muitos músicos mais jovens estão a focar-se num perfil nas redes sociais e isso é fantástico. Gostaria de ver mais pessoas a tocar juntas, o que está a acontecer, e isso é crucial para ser um bom músico. Uma coisa é criar um perfil numa rede social, outra é sair para tocar com outras pessoas eu acredito que isso não vai mudar. Então, tens o aspeto tecnológico, mas o que eu gostava de ver mudado é, realmente, voltar a tocar o teu instrumento em bandas reais, sem tanta necessidade de usar computadores... performances de alma e coração. Acabei de ver o Neil Young e Crazy Horse e foi incrível vê-los lá em cima a tocar os seus instrumentos e a energia que deram à multidão e a multidão retribuiu. Não há nada como isso. Mais música ao vivo era o que gostava de ver.

Maria Alves: We have interviewed musicians who were famous in the 1970s and they described the 70s as crazy times, but the 1990s sadly saw many music stars not survive stardom. Do you have any comments or observations about the 1990s music scene? Were those also “crazy times”?

Paul Garisto: I think it depends on who you were working with. The crazy times in music and the arts in general, I think that's always been present. You have very sensitive people, and many with depression and anxiety who are in music and the arts, and it's grueling and very hard work. If you're serious about it, know that it's difficult work. And you really have to be serious if you want to stay relevant. So, yeah, I don't think that changes from decade to decade. I think there's a cycle maybe. The 80s seemed like it was a silly time; everybody was having fun and creating. And then the 90s were more serious and darker. I guess each decade has a different tone to it. So, yeah, we lost some real talent in the 90s. Unfortunately that's sadly always been the case. Stay with the people who are positive and motivated to move forward and do something with their lives whatever it is. I'm saying there's a real positive way to get through this and hooking up with the right people makes a

huge difference.

Maria Alves: Nós entrevistámos músicos que foram famosos nos anos de 1970. Eles descreveram os anos 70 como os anos loucos, mas nos anos 90, muitos músicos não sobreviveram no seu auge de fama. Você bem algum comentário ou observação sobre os músicos dos anos de 1990? Eles também foram anos loucos?

Paul Garisto: Eu acho que depende com quem trabalhaste. Eu acho na música e nas artes os anos loucos sempre estiveram presentes. Por alguma razão encontramos na arte e na música pessoas muito sensíveis e muitas com depressão e ansiedade, este mundo é esgotante. Se fores sério, é um trabalho difícil. Se tu quiseres fazer uma carreira ao longo do tempo tens que ser dedicado, se queres continuar a ser relevante. Então, eu não acho que isto muda de década para década. Eu acho que é um ciclo talvez. Os anos 80s pareceram um decada muito divertido, toda a gente se divertia e criava. Depois os anos 90 foram mais sérios e obscuros. E acho que cada decada foi diferente. Mas sim, nós perdemos algum talento durante os anos 90. Infelizmente, com grande tristeza, que as coisas não mudaram. Estar com pessoas positivas que realmente querem avançar e fazem algo pelas suas vidas. Digo que existe uma forma positiva para passar por estes tempos e, conectar com as pessoas certas faz uma enorme diferença.

Constança Pereira: Is there anyone you previously worked with who has a special place in your heart? How hard is it to make and maintain friends in the music industry?

Paul Garisto: There are a few people. I've met some really beautiful people and beautiful souls; people I've been in contact with for twenty to thirty years through playing music. It's more or less the way I interact with the world, because I'm not a very outgoing person. I find it difficult to be in large groups of people although I'm constantly in large groups because of what I do, but I think the way that I communicate the best is on my instrument. As for people who hold a special place in my heart, I'd say Clarence Clemons, definitely, because he gave me a shot and it was the very first real tour I did on a bus traveling throughout the United States. It was the first professional thing that I was involved in on that level. After we finished the tour, we were going to record and I had never recorded a major label record before. So, I went in to record with Clarence and for whatever reason it didn't work out. So, I'm all excited like, “Yay, I'm doing my first record.” The next day I get a call from Clarence: “Paul, I love you man, but it didn't work out.” I was very green. I had never recorded, so I understood. They needed a real professional in there and that would have been my first record and I was hurt. So, I get a call a couple days later from Clarence again, “Come back. We

want to try you with a different bass player.” So, I get all excited again, right? “Yeah! I'm going to do this record!” I go in. I think I did okay but the phone rings the following day and it's Clarence again and he said, “Paul, I'm sorry man, it's not working out.” So, just the fact that he took the time... he just took me under his wing and he called me “The Little Big Man”, which made me feel really good. I was very new and insecure and he helped me by making me feel right at home. And when he had to let me go, he picked up the phone. He didn't have his manager pick up the phone or somebody else or I didn't read about it on Instagram that I had been replaced which happens. I thought that was very telling of the kind of person Clarence was, so I love Clarence dearly and sadly he passed away a while ago. Clarence and then Iggy Pop, because of who he is and we did this record together called **Instinct** and a world tour that was nine months and it was one of the most fantastic experiences that I ever had because he's so real and on stage he's like: “Let's go for it and let the energy flow.” So, I loved Iggy. So those two people, but it's hard to maintain relationships when you're coming and going. I haven't seen Iggy in years. You're like family touring, but you go your separate ways. You make the best of it while you got it.

Constança Pereira: Há alguém que já trabalhou consigo e tenha um lugar no seu coração? Quão difícil é ganhar e manter amigos na indústria da música?

Paul Garisto: Há algumas pessoas. Conheci algumas pessoas realmente bonitas e de alma pura. Pessoas que eu tive contacto à volta de vinte a trinta anos a tocar música. É mais ou menos a maneira como eu interajo com o mundo, porque eu não sou uma pessoa muito extrovertida. Acho difícil estar constantemente em grandes grupos, embora eu esteja por causa do que faço, mas a maneira como mais

gosto de comunicar e através do meu instrumento. Quanto às pessoas que têm um lugar especial no meu coração, eu diria Clarence Clemons, definitivamente, porque ele deu-me uma chance e foi a primeira turnê de verdade que eu fiz de autocarro pelos Estados Unidos. Foi a primeira experiência a um nível tão elevado em que estive envolvido como profissional. Depois que terminámos a turnê, fomos gravar e eu nunca tinha gravado um disco numa grande editora. Então, eu fui gravar com o Clarence, e, por algum motivo, não deu certo. Então, estou todo animado como, “Yay, estou a fazer o meu primeiro disco.” No dia seguinte, eu recebo uma chamada do Clarence: “Paul, eu amo-te rapaz, mas não deu certo.” Eu tinha pouca experiência. Eu nunca tinha gravado, então, eu percebi. Eles precisavam de alguém mais profissional. Então alguns dias depois, fui chamado pelo Clarence outra vez. “Volta. Nós queremos tentar te outra vez com um novo baixista.” Então, eu fiquei novamente entusiasmado, certo? “Sim, eu vou fazer esta gravação!” Eu fui lá e toquei. Eu achei que foi bom, mas o telefone tocou no dia seguinte e era Clarence outra vez, e, disse, “Paul, desculpa meu, mas não está a resultar.” Então só pelo facto de ter despendido daquele tempo, ele me ter tido debaixo da sua asa e ele chamava-me The Little Big Man, o que me fazia sentir bem. Eu era muito jovem e inseguro e ele ajudou-me a sentir-me em casa. E quando ele teve de me largar, ele pegou no telefone. Ele não teve o seu gerente telefona me ou qualquer outra pessoa ou eu não li no Instagram que tinha sido substituído o que acontece. Eu pensava que isso mostrava o quão bom o Clarence era, então eu amo o Clarence e infelizmente ele faleceu já há algum tempo. E depois o Iggy Pop, devido a quem ele é e fazemos um disco juntos chamado **Instinct** e uma turnê mundial de nove meses, que foi uma das mais fantásticas experiências que tive. Ele é muito au-



têntico e em palco transmite uma atitude e uma grande energia. Então eu amava o Iggy. Ele continua ativo e, em conclusão estas duas pessoas foram muito importantes na minha vida. Mas é difícil manter relações quando estamos sempre a ir e vir. Não vejo o Iggy há anos. Somos como família durante as turnés, mas depois seguimos caminhos separados. Tu tiras o melhor partido desses momentos.

Maria Alves: How do you deal with other producers who want to change your drum phrasing or your arrangements? Are there any songs you have played on where your original work ended up being edited or changed in a way you didn't appreciate?

Paul Garisto: Well, when I get hired as a session player, I know that it's out of my hands what they do with my recordings at the end of the day. It is out of my control. All I can do is give as many ideas and try to give the producers and artists as many choices as I can come up with and then after I leave the session, they're going to cut it up and edit it. They know what they're doing and that's cool. Now, in a band situation, I would not like that at all. If a producer did something like that and,



in fact, that happened on one of my own songs. Somebody, and I don't know who, on one of my songs added one simple bass drum note... one little bass drum... at a place where I purposely left out that bass drum note, because I wanted space there. Now, this is on my song and I don't know who did it, but that was a bad decision.

My point is, in a band situation, don't mess with my ideas, because they're there for a reason, but if I'm getting hired as a session player, I know what my role is and after I leave the studio, it's do what you want.

Maria Alves: Como você lida com outros produtores que querem mudar a forma como você toca bateria ou fazer arranjos?

Há alguma música que você tocou no seu trabalho original que acabou por ser editado ou mudou de uma maneira que você não gostou?

Paul Garisto: Bem, quando me contratam como um baterista contratado, sei que está fora das minhas mãos o que fazem com as gravações, na realidade. Está fora do meu controlo. Tudo o que posso fazer é dar o máximo de ideias possíveis e tentar dar o máximo de possibilidades aos artistas e produtores, e depois da sessão, eles vão cortar e editá-las. Sabem o que estão a fazer, isso é bom. Agora, numa situação de banda, não ia gostar nada disso. Se alguém, mas não sei quem, numa das minhas músicas adicionasse uma simples notas de baixo... uma pequenina batida de tambores num momento onde eu deixei propositadamente, um espaço sem esse tambor, por querer esse espaço vazio. Agora, isto está na minha música e não sei quem o fez, mas essa foi uma má decisão. O meu ponto é, numa banda, não brinquem com as minha ideias, porque estão lá por uma razão, mas se me contratam como baterista contratado, sei qual é o meu papel e depois de sair do estúdio, façam o que quiserem.

Datasheet / Ficha Técnica

Coffee Time News -
December / Dezembro 2024
E-mail - lisbonchicago@gmail.com
Site - www.coffee-time-news.org
Instagram - coffee_times_news
Director / Diretor - Editor -
 Clifton Sundermeyer
Contributors / Colaboradores

				
Constança Simões	Francisco Bonacho	Francisco Rodrigues	Henrique Borrecho	Margarida Mesquita
				
Maria Alves	Rian Costa	Tomás Barejo	Tiago Teixeira	Yuri Sundermeyer

Pagination / Paginação - Print / Impressão - Imprime Artes Gráficas



CLUBE DE VELA E CANOAGEM
 ASSOCIAÇÃO NOVA CULTURA

cvcn.anapereira@gmail.com
937 308 370



Chicago Institute of Studies
Instituto de Estudos Chicago

Learn More English
Aprenda mais Inglês

✉ lisbonchicago@gmail.com



BAIRRO DA SAÚDE

A Farmácia Matos Fernandes está mais próxima dos utentes em:

www.bairrodasaude.pt



Jardim-Escola João de Deus

Ponte de Sor

	pontesor@escolasjoaodeus.pt www.joaodeus.com
242 094 750 925 486 635	 Avenida da Liberdade 7400-217 PONTE DE SOR, PORTUGAL